Seguro Desde El Principio

ASOCIACIÓN DE NIÑOS y FAMILIAS DE CALIFORNIA

Una asociación entre la
Comisión de Niños y Familias de California y
las Comisiones de Niños y Familias de los Condados

Seguro Desde El Principio

Consejos De Seguridad Que Debe Recordar

La Seguridad en el Hogar

- ❑ Mantenga los números de emergencia cerca del teléfono.
- ❑ Tenga los suministros de primeros auxilios a la mano.
- ❑ Aprenda RCP o respiración de boca a boca y como actuar en caso de que alguien se esté asfixiando.
- ❑ Ponga los productos de limpieza, los productos de belleza y las medicinas fuera del alcance de los niños.
- ❑ Use cerraduras de seguridad en todos los cajones y gabinetes.
- ❑ Coloque tapas en las tomas eléctricas.
- ❑ Fije el calentador de agua a 120 F°.
- ❑ Vigile a los niños en la tina y en la piscina.

Pintura de Plomo

- ❑ Examine su casa para asegurarse de que no tenga pintura de plomo.
- ❑ Lleve a su hijo para que sea examinado para detectar plomo en la sangre.

Seguridad en la Cuna

- ❑ No cubra la cara o cabeza de su bebé mientras él o ella duerme.

Seguridad contra el Fuego

- ❑ Instale detectores de humo en su hogar. Examine las baterías una vez al año.
- ❑ Mantenga un extinguidor de fuego en la cocina.
- ❑ Tenga una escalera para escapar del fuego en un edificio de más de dos pisos.
- ❑ Instale detectores de monóxido de carbono cerca de los dormitorios.

Seguridad con las Armas de Fuego

- ❑ Mantenga bajo llave las armas de fuego y asegúrese de que estén descargadas. El candado del gatillo debe de estar puesto.
- ❑ Mantenga bajo llave las balas en un lugar separado de las armas de fuego.

Seguridad en el Automóvil

- ❑ Use un asiento infantil de seguridad para el primer viaje de su bebé. Después úselo cada vez que el bebé ande en el auto.
- ❑ Los bebés (hasta 22 libras y menores de un año) deben de ir sentados en un asiento mirando hacia atrás. El asiento debe de ser colocado en el asiento trasero del auto.
- ❑ Use un asiento elevado para su hijo entre las edades de 4 y 8 años.
- ❑ El asiento trasero es el lugar más seguro para que su hijo viaje.
- ❑ Dele un buen ejemplo a sus hijos usando su cinturón de seguridad.

Usted Puede Mantener Seguro A Su Hijo

Muchos niños se lastiman y mueren cada año en el hogar y en accidentes automovilísticos. Usted puede prevenir estas lesiones.

- Haga de su hogar un lugar seguro.
- Vigile a su hijo muy cuidadosamente.
- Use un asiento infantil cada vez que su niño viaje en un automóvil.

Este folleto está lleno de información acerca de la seguridad. Léalo y use los números de las páginas cuando necesite información específica.

Seguridad en el Hogar

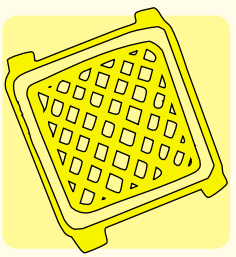
- Dispositivos de seguridad 4
- Seguridad en la cocina 8
- Seguridad en el baño 9
- Seguridad en la cuna 11
- Seguridad con los juguetes 12
- Seguridad en la piscina 13
- Seguridad en el garaje o sótano 14
- Envenenamiento 15
- Prevención de envenenamiento contra el plomo 17
- Seguridad con el fuego y el gas 18
- Seguridad con las armas de fuego 20

Seguridad con los asientos infantiles 21

Use Dispositivos De Seguridad Para Ayudar A Proteger A Sus Hijos

Picaportes y Cerraduras de Seguridad

- Coloque picaportes de seguridad en los gabinetes y cajones.
- Asegúrese de guardar las medicinas y los productos dañinos.



Barreras de Seguridad

- Use barreras de seguridad para mantener a sus hijos alejados de las escaleras y las áreas peligrosas.
- No use barreras de seguridad antiguas y en forma de V. Su hijo podría meter su cabeza y cuello en ellas.

Tapas para las Manillas de las Puertas y Cerraduras para las Puertas

- Use tapas para las manillas de las puertas para no permitir que los niños las abran.
- Use cerraduras en las puertas para que su hijo no pueda entrar a los lugares peligrosos especialmente a las piscinas.

Topes y Agarradores para las Puertas

- Las puertas y bisagras pueden golpear o aplastar los dedos o manos de sus niños.
- Use topes y agarradores en puertas para ayudar a proteger los dedos pequeños.

Protectores y Mallas de Seguridad Para las Ventanas

- Use protectores y mallas de seguridad en las terrazas y balcones. Esto ayudará a que su hijo no sufra una caída.
- Asegúrese de poder abrir fácilmente cuando menos una ventana en cada cuarto en caso de un incendio.

Borlas de Seguridad para las Persianas de las Ventanas

- Los niños se pueden enredar en los cordones de sus persianas. Los cordones pueden estrangularlos.
- Use borlas de seguridad para las persianas de las ventanas para proteger a su hijo.

Detectores de Humo

- Coloque detectores de humo para proteger su hogar en caso de un incendio.
- Revíselos una vez al mes para asegurarse de que estén funcionando.

Detectores de Monóxido de Carbono

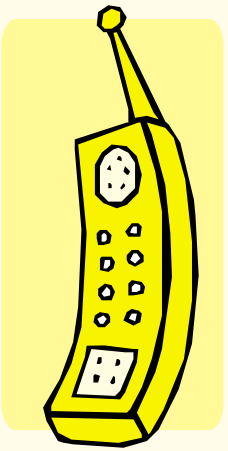
- El envenenamiento a causa del monóxido de carbono puede causarle la muerte. El monóxido de carbono no tiene olor, y usted no puede verlo.
- Coloque detectores de monóxido de carbono en su hogar, especialmente cerca de los dormitorios.

Amortiguadores de Golpes para las Esquinas y Bordes

- Use amortiguadores de golpes para las esquinas y los bordes de los muebles.
- También úselos en las chimeneas y otros lugares con bordes filosos.

Tapas y Placas para las Tomas Eléctricas

- Use tapas y placas para las tomas eléctricas para que su hijo no se pueda electrocutar.
- Asegúrese que las tapas no se puedan quitar muy fácilmente. Deben de ser lo suficientemente grandes para que su hijo no se asfixie con ellas si se las pone en la boca.



Teléfonos Inalámbricos

- Usted puede utilizar un teléfono inalámbrico cuando esté en casa.
- Estos aparatos le permiten vigilar a su hijo en cada habitación y hasta afuera de la casa.

Controles de Temperatura del Agua

- Fije el calentador del agua a 120 F°. Esto ayudará a evitar quemaduras causadas por agua muy caliente.
- Use los controles del agua caliente en sus grifos. Es probable que necesite que un plomero se los instale.

Estos Son Los Lugares Donde Puede Comprar Los Dispositivos De Seguridad

¿Se ha preguntado dónde puede comprar estos dispositivos de seguridad?

- Búsquelos en las tiendas de abarrotes, tiendas infantiles, farmacias, almacenes y ferreterías.
- Hay catálogos que también los ofrecen.

Inspeccione su hogar cuidadosamente.

Puede que hayan muchas cosas en su hogar que puedan lastimar a su hijo.

La mejor manera de hacerlo es observando su hogar desde la perspectiva de su hijo.

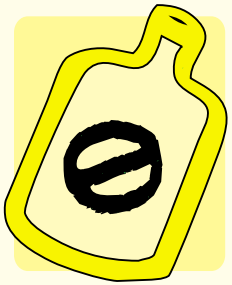
- Véalo desde su nivel, apóyese en sus manos y rodillas para revisar su hogar.
- Busque los lugares peligrosos.
- Coloque los dispositivos de seguridad donde sean necesarios.

Estas son algunas maneras en las que usted puede hacer de su hogar un lugar más seguro.

- Asegure las alfombras y los muebles altos.
- Asegúrese de que los calentadores y los tubos de ventilación no puedan quemar a su hijo.
- Mantenga las bolsas plásticas fuera del alcance de los niños.
- Mantenga las plantas fuera del alcance de los niños. Algunas pueden ser venenosas.
- Tenga cuidado con las tablas de planchar y las planchas.
- Vacíe las cubetas inmediatamente después de usarlas. Guárdelas boca abajo. Su hijo puede ahogarse en una cubeta, aún con menos de dos pulgadas de agua.

Mantenga Seguro A Su Hijo En La Cocina

- Siempre quédese con su hijo pequeño cuando esté en la cocina.
- Coloque los mangos de las ollas hacia la parte trasera de la estufa.
- Mantenga los objetos filosos lejos de las orillas.
- Mantenga a los niños alejados del piso cerca de la estufa cuando esté cocinando.
- No cargue a su bebé mientras que coma o beba algo caliente.
- Mantenga todos los productos de limpieza en un gabinete bajo llave:
  - El jabón para lavar los platos
  - Los limpiadores
  - La cera para los muebles



- Use picaportes de seguridad que se cierran cada vez que usted cierre el gabinete. (Muchas ferreterías y almacenes los venden).
- Nunca coloque productos dañinos en una botella o tarro de comida. Su hijo puede pensar que se puede comer o beber de ellos.

Mantenga Seguro A Su Hijo En El Baño

Guarde las medicinas fuera del alcance de los niños.

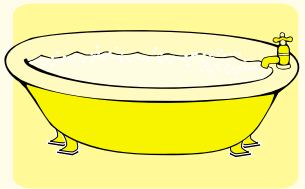
- Guarde las medicinas, vitaminas, tijeras, rasuradoras, cosméticos y productos de belleza en gabinetes con picaportes de seguridad.
- Pida tapas especiales con sus medicinas. Estas hacen más difícil el que los niños las abran.
- Deshágase de las medicinas que ya no use.
- Guarde cosas como la pasta de dientes, jabones y champús separados de las medicinas.

Tenga precaución con las medicinas.

- No tome ninguna medicina enfrente de sus hijos. Ellos pueden tratar de imitarlo.
- Nunca le diga a sus hijos que las medicinas son dulces.
- Encienda la luz para leer la etiqueta. Asegúrese que la medicina es la correcta para su hijo.

Mantenga Seguro A Su Hijo En El Baño

Mantenga seguros a los niños en la tina.



- Fije el calentador del agua a 120 Fº. Toque el agua con la parte interior de su muñeca antes de que su hijo la use.
- Use alfombras adentro y afuera de la tina para prevenir que se resbalen los niños.
- Siempre vacíe la tina y mantenga la tapa del inodoro cerrada. Un niño pequeño puede ahogarse en pocas pulgadas de agua.
- Desconecte los aparatos eléctricos y manténgalos fuera del alcance de los niños. Asegúrese de que su hijo no pueda tirarlos al agua.
- Nunca deje a los niños pequeños solos – ni siquiera por un minuto.

Mantenga Seguro A Su Hijo En La Cuna

Su bebé puede que pase mucho tiempo en la cuna. Las siguientes son maneras en las que usted puede mantenerlo seguro:

- No coloque mantas con muchas pelusas o cobertores en la cuna.
- No coloque almohadas, cojines ni juguetes de peluche en la cuna.
- Use un colchón que no produzca alergias. Debe ser del tamaño de la armadura de la cuna. Debe de haber menos de una pulgada entre el colchón y la armadura de la cuna.

También es bueno:

- Usar sábanas y ropa para dormir que sean resistentes al fuego.
- Revise los cordones de las sábanas, juguetes y persianas. Pueden estrangular al bebé.
- Asegúrese de que la cuna llene los requisitos de seguridad de hoy en día. Si un bote de bebida gaseosa puede pasar por las barras, las barras están muy separadas.

Asegúrese De Que Los Juguetes De Su Hijo Sean Seguros

- Use los juguetes apropiados para la edad de su hijo.
- No use juguetes con piezas pequeñas. Su hijo puede asfixiarse con ellas.
- Revise que las costuras de los juguetes de peluche y muñecas de sus hijos sean fuertes y que estén bien cosidas.
- Asegúrese de que los ojos, narices, botones y otras partes pequeñas no puedan ser mordidas o arrancadas.
- Los juguetes no deben tener bordes o piezas filosas.
- Los niños pequeños no deben de jugar con globos.
- Asegúrese de que los juguetes no tengan cuerdas o cordones que puedan enredarse en el cuello del niño.
- Tire de inmediato todas las envolturas.

Mantenga Seguro A Su Hijo En La Piscina

La piscina es un lugar divertido para los niños y las familias. También puede ser un lugar peligroso:

- La causa número uno de muertes de niños entre uno y cuatro años de edad son los ahogos en las piscinas.
- Los niños se ahogan sin hacer ningún ruido.
- El daño cerebral ocurre después de que un niño ha estado bajo el agua por cuatro minutos.
- Los niños se ahogan con más frecuencia en la piscina de su hogar o en el hogar de un amigo.
- Los niños no deben de comenzar clases para aprender a nadar hasta que tengan 4 años de edad.

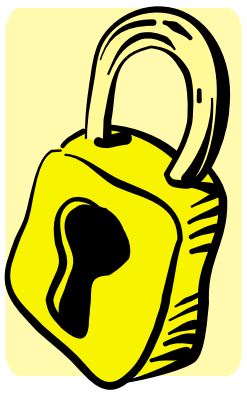
Ahogarse en una piscina es una tragedia que puede ser prevenida:

- NUNCA deje solos a los niños adentro o cerca de una piscina.
- Las piscinas deben de tener mallas de 5 pies de alto alrededor para mantener a los niños fuera.
  - La malla debe de rodear la piscina.
  - La malla debe tener picaportes que se cierren solos.
- Tenga equipo de seguridad en la piscina. También tenga un teléfono y un número de emergencia a la mano.
- Aprenda CPR o respiración de boca a boca.
- Si usa una piscina para niños, vacíela inmediatamente después de usarla.

Mantenga Seguro El Garaje Y El Sótano

Usted puede mantener los productos dañinos fuera del alcance de los niños.

- Mantenga bajo llaves los siguientes productos:
  - Las pinturas
  - Los disolventes para pintura
  - Los productos del jardín y el patio
- Lea las etiquetas de los productos antes de comprarlos. Trate de encontrar los productos menos tóxicos.
- Compre solamente los productos que necesita. Uselos de inmediato.
- Nunca ponga los productos peligrosos en tarros o botellas para la comida. Su hijo puede tratar de comerlos o tomarlos.



Usted Puede Proteger A Su Hijo Contra El Envenenamiento

Usted debe saber que muchos de los productos del hogar pueden causar envenenamiento. Mantenga estos productos y objetos fuera del alcance de su hijo:

- Las drogas y medicinas.
- Las vitaminas y pastillas minerales. Las pastillas de hierro son la causa más común de envenenamiento en niños menores de cinco años de edad.
- Los productos de limpieza.
- Las plantas.
- Los productos de belleza y los cosméticos.
- Los productos del jardín y el patio.
- Las pinturas y los disolventes.

Los niños se pueden enfermar gravemente a causa de los productos en el hogar o el patio. Estos pueden hacerle mucho daño a sus hijos. Si comen o toman algo, es muy importante que reciban tratamiento de inmediato.

Esto Es Lo Que Puede Hacer Si Su Hijo Se Envenena

- Saque lo que pueda de la boca de su hijo.
- Guarde el recipiente.
- Llame al 911 o la Línea de Control de Venenos al 1-800-876-4766.
- Dígales lo que su hijo se ha tragado.
- Dígales la estatura y peso de su hijo.
- Mantenga a la mano el jarabe de Ipecac. Déselo a su hijo solamente si su doctor, clínica o control de venenos se lo recomienda.

Asegúrese Que Su Casa No Tenga Pintura De Plomo

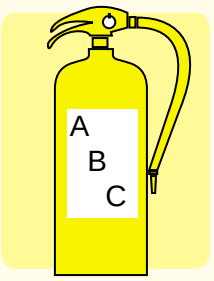
La pintura de plomo puede enfermar gravemente a su hijo. El envenenamiento por la pintura de plomo puede causar daño cerebral.

- La pintura de plomo puede encontrarse en casas antiguas. Puede estar afuera o adentro de la casa.
- Si usted cree que hay pintura de plomo en donde vive, lleve a su hijo al doctor para una prueba de sangre. Consulte con su doctor o clínica.
- El plomo también se puede encontrar en los cosméticos y la cerámica. Si usted cree que su hijo ha estado cerca del plomo, llévelo a la clínica para obtener una prueba de sangre.

Pídale a su doctor o trabajador de la salud que le hagan a su hijo una prueba para detectar si hay plomo en la sangre cuando su hijo tenga un año de edad.

- La mayoría de los niños que se envenenan con plomo no actúan o se ven enfermos.
- Una prueba de sangre le dirá al doctor si su hijo está enfermo.
- Esta prueba es gratuita si su hijo tiene Medi-Cal o es parte del Programa de Salud Infantil y Prevención de Incapacidad (CHDP – por sus siglas en inglés). Muchas compañías de seguros cubren los gastos de esta prueba.

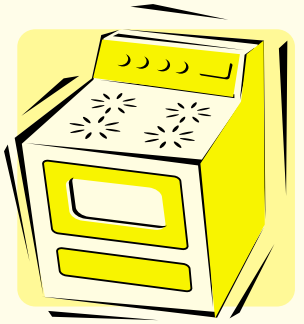
Mantenga A Su Hijo Seguro Contra El Fuego



- Instale detectores de humo. Asegúrese de que las baterías funcionen.
- Mantenga un extinguidor de fuego en la cocina. Le ayudará en caso de incendios a causa de aceite, incendios eléctricos e incendios a causa de papel o madera.
- Mantenga todos los productos inflamables alejados de los hornos o calentadores de agua.
- No fume cigarrillos. Estos son dañinos para usted y para su hijo. También son la causa de muchos incendios en el hogar y quemaduras.
- Si la ropa de su hijo se está quemando, apague las llamas con una manta.
- Si hay un incendio, manténgase cerca de la puerta. Cúbrase la boca y la nariz y arrástrese para alejarse del área que se está incendiando. El humo puede matarlo.
- Use barrotes en las ventanas que se puedan abrir rápidamente, en caso de una emergencia.
- Haga un plan de escape en caso de incendios. Haga que su familia lo practique con sus ojos cerrados.

Proteja A Su Hijo Del Envenenamiento A Causa Del Gas Y El Monóxido De Carbono

- Instale detectores de monóxido de carbono.
- Nunca encienda su automóvil en un garaje cerrado. Los gases pueden envenenarlo a usted y a su hijo.
- Asegúrese de que las estufas de carbón y madera funcionen bien. Si no trabajan correctamente, pueden despedir gases tóxicos.
- Si siente olor a gas, apague su estufa o quemador de gas. Salga de la casa y llame a la compañía de gas.



Proteja A Su Hijo De Las Armas De Fuego

- El hogar más seguro es el hogar donde no hay armas de fuego.
- Si tiene armas de fuego, manténgalas bajo llave.
- Nunca las mantenga cargadas.
- Mantenga bajo llave las balas y en un lugar distinto a la arma de fuego.
- Siempre mantenga una cerradura de seguridad en el gatillo.
- Averigüe si hay armas de fuego en la casa de la niñera o de sus amigos. Asegúrese de que estén bajo llave.

Mantenga A Su Hijo Seguro En El Automóvil

Use un asiento infantil de seguridad para su hijo, cada vez que el niño esté dentro de un automóvil.

Traer a su bebé a casa por primera vez o llevarlo a su primer paseo es algo muy emocionante. Estos son algunos consejos para mantener a su hijo seguro:

- Use un asiento infantil la primera vez que su bebé salga en el automóvil.
- Use un asiento infantil cada vez que su bebé esté en el automóvil – es la ley.
- Ponga el asiento infantil en el asiento trasero.
- No cargue a su hijo en sus brazos mientras vaya en el automóvil.
- Sin un asiento infantil, su bebé puede lastimarse o hasta morir en caso de un accidente automovilístico.

Cada Niño Debe Usar Un Asiento Infantil De Seguridad.

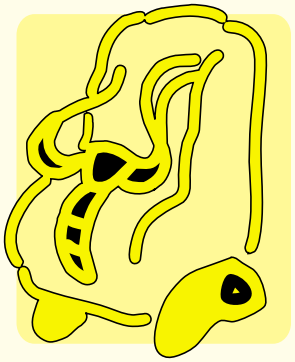
Es la ley en California

Su hijo debe de usar un asiento infantil de seguridad hasta que:

- Su hijo tenga cuatro años de edad, O
- Su hijo pese 40 libras o más.

En enero de 2002, la ley cambiará. Para entonces su hijo deberá de usar un asiento infantil de seguridad hasta que:

- Su hijo tenga seis años de edad, O
- Su hijo pese 60 libras o más.



Escoja El Asiento Infantil De Seguridad Adecuado Para Su Hijo

Es bueno saber que todos los asientos infantiles de seguridad vendidos en los Estados Unidos satisfacen las reglas federales de seguridad.

- Escoja un asiento infantil adecuado para su hijo. Escoja uno que sea apropiado para la edad y el tamaño de su hijo.
- Escoja un asiento infantil apropiado para su automóvil. No todos los asientos infantiles funcionan bien en todos los automóviles. Pruebe el asiento en su automóvil antes de comprarlo.
- Siga las instrucciones. Debe poner el asiento infantil de seguridad en el automóvil de inmediato.
- Practique. Ponga el asiento en su automóvil antes de que su hijo lo use.

Estos son unos consejos importantes:

- No compre un asiento infantil usado.
  - Puede que le falten partes y que haya sido retirado del mercado.
  - Puede que haya estado en un accidente.

Si no puede comprar un asiento infantil, llame a su Departamento de Salud local para recibir ayuda.

Averigüe Acerca De Los Diferentes Tipos De Asientos Infantiles

Hay diferentes tipos de asientos infantiles para su hijo. Use estos asientos infantiles solamente cuando sean apropiados para la edad de su hijo.

Asiento Para Bebé

Los asientos para bebé son para bebés que pesan entre 20 y 22 libras.

- Estos asientos siempre deben de mirar hacia la parte trasera del automóvil.
- Cuando su bebé se siente en el asiento, su bebé debe de mirar hacía la parte trasera del automóvil.
- El asiento no debe de estar derecho, si no inclinado a un ángulo de 45 grados.

Asiento Convertible

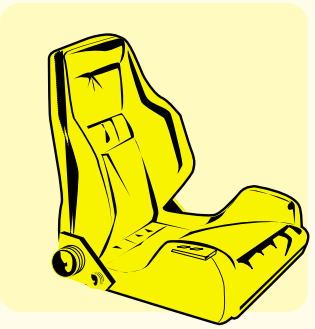
Los asientos convertibles son usados tanto por bebés menores de un año como por niños mayores de 4 años de edad o hasta 40 libras.

- Los bebés pueden necesitar un relleno extra en el asiento. Esto les ayudará a caber bien en el asiento.
- El asiento debe de mirar hacia atrás y estar inclinado para los bebés menores de un año o que pesen menos de 20 libras.
- Los niños mayores de un año que pesan más de 20 libras pueden mirar hacia adelante.
- Cuando el asiento sea colocado mirando hacia adelante, se debe de usar derecho.

Asiento Para Niños

Este asiento es usado después de que un niño es mayor de un año y cuando pesa 20 libras o más. No se usa para bebés.

- Este asiento es colocado mirando hacia adelante solamente.
- Los niños pueden usar este asiento hasta que tengan 4 años de edad o que pesen más de 40 libras.



Asientos Elevados

Cuando su hijo esté muy grande para un asiento infantil regular, su hijo necesitará un asiento elevado. Los niños pequeños se pueden lastimar en un accidente si usan un cinturón de seguridad para adultos sin un asiento elevado.

- Use un asiento elevado cuando su hijo tenga 4 años y pese más de 40 libras. A partir de enero de 2002, su hijo deberá de usar una asiento elevado hasta que tenga seis años de edad o pese más de 60 libras.
- Los asientos elevados mantienen el cinturón para la cintura ajustado a la cadera. También mantienen el cinturón de los hombros en el centro del hombro y el pecho. Esto protege a su hijo.
- La mayoría de los niños necesitan un asiento elevado hasta la edad de 8 años para máxima protección.

Proteja A Su Hijo De Las Bolsas De Aire

Las bolsas de aire ayudan a proteger a los adultos y a los niños mayores. Pero pueden lastimar a un bebé o a un niño pequeño. Estas son algunas cosas que usted puede hacer y que pueden ayudar:

- Siempre ponga a su bebé o niño pequeño en el asiento trasero del auto. Aún cuando los niños usen un asiento infantil o asiento elevado, la bolsa de aire puede lastimarlos en caso de un accidente.
- Los niños pequeños y aún los adultos pequeños deben de ir sentados en el asiento trasero de los autos con bolsas de aire para prevenir lesiones.

Notas:

Donde Puede Encontrar Ayuda

Si desea saber más acerca de la seguridad de los productos, llame a:
U.S. Consumer Product Safety Commission
(800) 638-2772

TTY para aquellos que necesitan asistencia para escuchar
(800) 638-8270
www.cpsc.gov

¿Desea aprender acerca de RCP o respiración de boca a boca y primeros auxilios?
Llame a su Cruz Roja local.

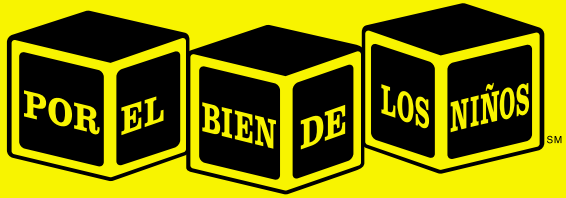
Si está preocupado por el envenenamiento, llame a:
Poison Control Hotline (la línea de control de envenenamiento)
(800) 8 POISON
(800) 876-4766
(800) 972-3323 (TTY/DDS)

Si desea saber más acerca del envenenamiento a causa del plomo, llame a:
Lead Hotline (Línea con información sobre el plomo)
(800) 532-3394

¿Desea saber más acerca de los asientos infantiles de seguridad?
Llame a su departamento de salud local para averigüar acerca de sus programas de préstamo de asientos.
Llame a su oficina de California Highway Patrol (CHP – por sus siglas en inglés) (Patrulla de Caminos de California) para una inspección gratis de su asiento infantil.
Public Affairs Office of CHP Headquarters
(La Oficina de Asuntos Públicos del CHP)
(800) TELL-CHP
(800) 835-5247
www.chp.ca.gov

Safety Belt Safe, USA
(800) 745-SAFE
(800) 745-7233
www.carseat.org

Proporcionado a usted por la
Comisión de Niños y Familias de California.
Patrocinado por la Proposición 10.
Para más información, por favor llame al
(800) 5-0-NIÑOS.



OSP 01 57815